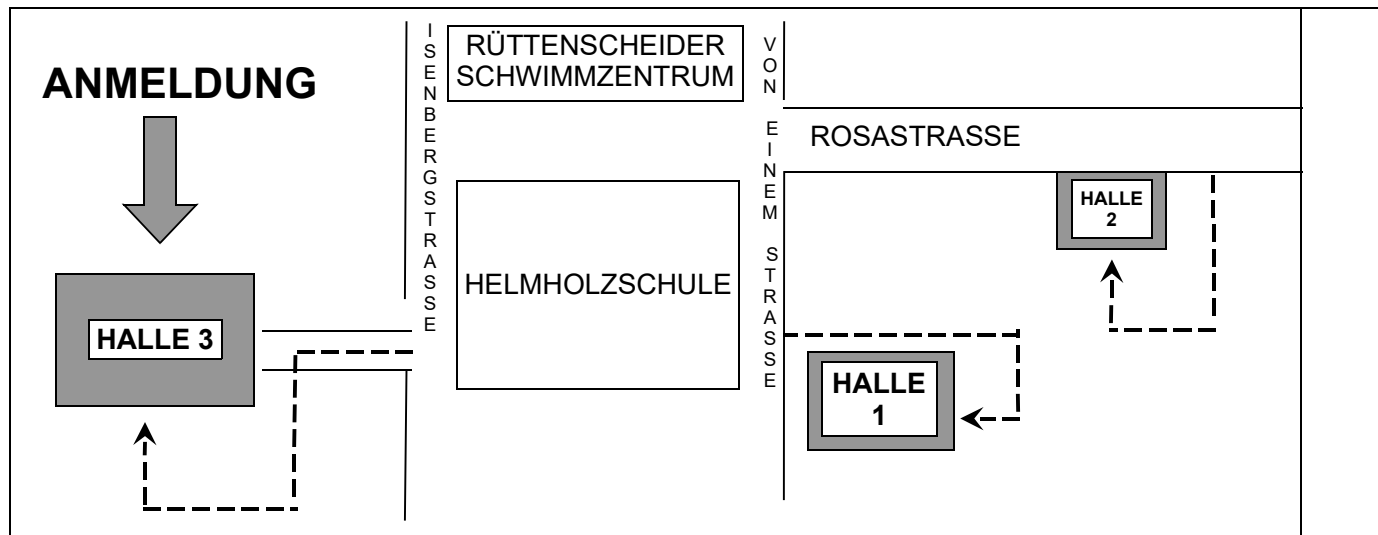




# LAGEPLAN DER TRAININGSHALLEN



## TRAINING ERWACHSENE

**Gültig ab 01. September 2018**

Tag	Halle	Training	Zeit	Trainer	
<b>Montag</b>	3	bis Braun	18:30 - 20:00	Ingo Büser	3. DAN
	3	<b>ANFÄNGER</b>	18:30 - 20:00	Holger Harder	1. DAN
	1	ab Schwarz	18:30 - 20:00	Gerd Gatzweiler	8. DAN
	1	Braun/schwarz	18:30 - 20:00	Janette Frank Abibarmen Prabakaran	5. DAN 2. DAN
<b>Dienstag</b>	3	Wunschtraining ab Gelb	20:00 - 21:30	Sebastian Kumpmann	6. DAN
<b>Mittwoch</b>	2	Selbstverteidigung <b>ab Weiß</b>	18:00 - 19:30	Stefan Schimpfke	5. DAN
	1	Kampftraining	19:00 - 20:00	Frank Lee	3. DAN
<b>Freitag</b>	2	Formen ab Blau	17:00 - 18:00	Bernd Bannenberg	8. DAN
	3	ab Grün	18:30 - 20:00	Sebastian Kumpmann	6. DAN
	3	Gelb	18:30 - 20:00	Stefan Bender	3. DAN
	3	<b>ANFÄNGER</b>	18:30 - 20:00	Julian Rupp	3. DAN
<b>Samstag</b>	1	Kampftraining	15:00 - 16:30	Peter van Bebber	2. DAN
	1	Kampftraining <b>Anfänger ab 9. KUP</b>	15:00 - 16:00	Maurice von Döringk	2. DAN

**DJK RSC ESSEN e.V.**

DJK RÜTTENSCHIEDER SPORTCLUB e.V. / TAEKWONDO

[www.rsc-essen.de](http://www.rsc-essen.de)